



## さいたま市シニアユニバーシティー岩槻校第9期校友会会報第2号

### 会長挨拶 「会長を終えるにあたって・皆様に感謝」瀧田和雄

コロナ禍の元、何一つ満足のゆくことが出来なかった2020年度。岩槻協議会としてやっとできたのは9月に行われたグラウンドゴルフ大会と2月の学習講演会でした。楽しみであった文化祭の芸能発表会も作品展もすべて中止になりました。無論、連合会も同様でした。しかし、我が9期においては割と順調に行事を遂行することが出来ました。恒例のAKTバンドコンサート・6回目となる素人落語も初めて他の期の方が大勢参加されての開催となりました。反面、楽しみにしていたボウリング大会も暑気払いと忘年会の開催をすることができませんでした。顔と顔を合わせての語り合う場が失われてしまったことは本当に残念でありました。

しかしながら、皆様のご記憶に新しい素晴らしい企画が実現しました。それは女性3人衆に寄るスピーチでありました。それは皆様に感動を与える出来事でした。これまで男性ばかりでしたので画期的な出来事でした。私ども9期はこのように人材のあふれ、人材に恵まれた集団でありますので今後とも素晴らしい活動が期待されますので心から安心しております。

ご存知のことと思いますが、私は関谷会長の後任として本来ですと2年で任務を終える予定でしたが、岩協との関連で令和2年度の岩協の会長を経験させていただきました。この間、本当に大勢の皆様のご協力により3年にわたって大過なく務めさせていただけたことは、9期会員の皆様の、中でも私を陰になり日向となってサポートくださった副会長・総務の方々はじめ会員全員の力強いご協力の賜物と感謝しております。私は岩協会長在任期間にシニア大学連合会から我が岩協が休会をするという問題の処理で連合との折衝に明け暮れた一年でした。岩協が連合から離脱してしまえば2~3年先に岩協自体の存続が危ぶまれる事態に陥ることが確実にありますので何としても連合との絆を残すことに全力で邁進しました。お陰さまで当面連合から休会をし、その間に岩協の立て直しを計ることを約束しました。そして15期生の25名の新会員を迎えることが出来ました。お陰様で何とか道筋を立てて次年度へバトンタッチをすることが出来そうであります。

初めに申し上げた通り、私にとっては今年度は当初の計画の半分も実行できなくて悶々とした一年でありました。我が9期は新しいスタッフで令和3年度のスタートを切ることとなりました。どうか皆様におかれましては新会長はじめ新しい理事の方々の元、より充実したプログラムを展開されこれまで以上の充実した楽しみのある活動をされますよう心からご期待申し上げます。会長在任期間中、何一つとして皆様に思い出ある企画を残すことができませんでしたので、とても心残りではありますが、これまでのご協力に感謝するとともにますますの9期の発展を祈ります。本当にご協力ありがとうございました。楽しい毎日でした。有難うございました。

#### じせいじけん 「自靖自献」……自ら靖んじ自ら献ずる「書経」より

自ら靖んずるとは心の平安を保つこと、安心立命することである。自ら献ずるとは世のため人のために自らを尽くすことである。自ら靖んじていない人…事あるごとにイライラしたり不平を言ったり人と衝突ばかりしている人が、人のために尽くすことなど出来るはずがない。だが、自靖しているだけで自献しない人、自献出来ない人は人ではない。私どもが実践しているボランティア活動とは将にこのことを語っているとしか思えないと考えますが如何でしょうか。「自らの行為が他人を喜ばせ、それを自らの喜びとなす」

## あなたと家族のための「エンディングノート」

9月15日(火)ふれあいプラザいわつきに於いて、瀧田会長による自主講座を開催。人生の終末期を迎え、元気なうちに残された家族へ、自分の思いや情報を書き留めておく「エンディングノート」について、遺言状との違いや利点、記入する具体的な事柄など分かりやすく説明していただいた。今回の講座では、12ページの参考資料や実際に記入する8頁の用紙まで作成していただき、また、PowerPointにて補足説明、瀧田節のユーモアのある問い掛けをされ、会員とのやり取りで飽きない講座を展開。

「あなたにとって何が一番心配事ですか」との問いかけにはほとんどの会員から「ボケること」との返事があり、「お金のこと」とか「お墓のこと」よりも万が一自分がボケて家族に迷惑をかけることが最大の関心事であることが示された。講師から「夫婦でお互いに別々のものを作ることをお勧めする」とのスピーチで終わった。



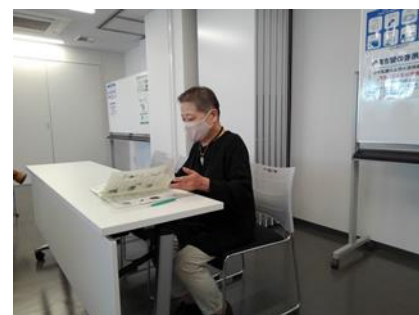
## 岩協主催グラウンドゴルフ大会

岩協恒例のGG大会が台風21号の到来で開催が危ぶまれる中、9月24日に梶の森で開催。総勢63名の参加で、我が9期からは8名が腕を競った。幸いにして天候も4ラウンド無事プレーできた。瀧田会長の開会の挨拶と町田会員のルール説明の後、準備体操で体をほぐしたのち、競技が開始。今年度は2班のベテラン中澤さんが男性の部で見事5位に入賞。女子の部に参加した澄川さんは残念ながら昨年のように入賞できなかった。来年も是非大勢の参加で盛り上げよう。



## 「人形博物館」見学ツアー

10月13日(火)9期全体会議を岩槻人形博物館に併設された「にぎわい交流館いわつき」の多目的室にて開催しました。全体会議終了後、3班の田村氏による「岩槻の人形に関する講話」を受講しました。その後、岩槻人形会館を見学しました。岩槻人形博物館は、2月22日に開館後、数日で新型コロナウイルスにより閉館、7月10日までの5ヶ月近く休館していました。今回は、特別展「こどものかたち」が開催されており、表情豊かな人形が展示されていました。会員の中にはもう既に幾度か訪れた人も、或いは年間パスポートを持っている人もいました。見学後は自由解散でした。



## 「マイナンバー制度について」県出前講座開催

11月24日(火)ふれあいプラザにて、県政出前講座「マイナンバー制度」について、埼玉県の住基ネット・マイナンバー担当者から講演を受けました。

10月末現在、全国民の取得数は2,800万枚で21.8%とのこと。マイナポイントが始まり、もっと多いと思っていましたが低い数値でした。今後、健康保険証、運転免許証などの利用拡大が計画されているそうです。



## 女性3人による「会員スピーチ」

2020年12月15日(火)全体集会終了後、恒例の「会員スピーチ」を行いました。今回で3度目の会員スピーチのプログラムでしたが、ご存じの通りこれまでは男性ばかりでして、何とかして女性の方の参加が頂けないものかと兼ねがね期待しておりましたが中々実現に至りませんでした。今回は女性の方がお願いしましたところ快く引き受けて頂きました。お陰さまでとても中身の濃いしかも大変有意義な内容のお話をお聞きする事が出来て大満足でした。

内田さんは「手話」に関し、一般的な日常会話を例に、形の意味などを私達にも分かりやすく説明していただきました。永年ボランティアをされておられて最近まで奉仕活動をされておられたようでした手話の形は国により異なるようですが、男性や女性など基本的なものは、世界共通な形ができるといいですね。会員は幾つかの形を学習する事が出来ました。

田村さんは「庚申信仰(こうしんしんこう)」について、思想の由来や風習についてのお話と、地元の遺跡なども紹介していただきました。庚申信仰とは中国の道教から広まったとされています。人間には三戸という虫がいて庚申の夜に人の寝ている間にその虫が天に登り、天帝に罪を告げて寿命が縮むとされたので、その虫の動きを止めようと庚申の日の夜に講員が世話役の家に集まり寝ないで一夜を過ごす風習から生まれたものであったとのお話を伺いました。庚申講はここから始まったとのことだそうです。

宮崎さんからは芥川龍之介の「蜘蛛の糸」を語り部として話されました。宮崎さんは民話の語り部として永年多方面でボランティア活動をされておられ、文化祭にも出演して頂いたことは記憶に新しいものでした。後半は、ご本人の生い立ちや人生について流暢な言葉で披露していただきました。

出演頂いた皆様に心からお礼を申し上げるとともに、次年度も是非、このような企画を実施したいです。



とても参考になりました



知識が広がりました



聞きほれました

## 城下町館林の歴史とぶんぶく茶釜を訪ねる

『新型コロナウイルス』による外出自粛規制により、巣ごもり生活を強いられておりましたが、行く先が郊外でもあり、『三 蜜』を避けることを心がけ実行いたしました。

幸いに、当日は天候もよく、楽しい散策日和となりました。

『まちなか散策ガイド』にしたがい、江戸時代からの造り酒屋で町屋の建物として保存されている毛塚記念館、国の登録文化財となっている『旧二業見番組合事務所』二業とは芸妓屋業、甲種料理店業の二つのこと、その他移築された建物など見学、武鷹館前にある『田中正造記念館』で足尾銅山鉍毒事件について田中正造と地域の人々に関わる当時の資料を展示室で見学。次の行き先、館林城土橋門を抜け、おみやげ屋に入り物色、昼食会場へ『館林うどん・うどん本丸』で美味しく昼食をとった。

次の目的地、茂林寺へ境内に並ぶたぬき像に迎えられ本殿へ参拝後帰路に着いた。



案内板



旧二業見番組合事務所



武鷹館



田中正造記念館



館林城土橋門



町名表示板

### 高齢者の新型コロナウイルス対処法

新型コロナウイルス感染症は、高齢者や基礎疾患がある方は重症化しやすいことが明らかになっています。自分自身を守るために手洗いを中心とする感染予防が必要です。また、人が多く集まる場所を避けることなどが言われており、家に閉じこもりがちになりますが、高齢者にとっては合わせて「動かないこと(生活不活発)」による健康への影響が危惧されます。「生活不活発」により、フレイル(虚弱)が進み、心身や脳の機能が低下していきます。動かない時間を減らし、自宅でもできるちょっとした運動でフレイルを予防しましょう。フレイルとは高齢期に生理的予備能が低下することでストレスに対する脆弱性が充進し、生活機能障害、要介護状態、死亡などの転機に陥りやすい状態で、筋力の低下により動作の俊敏性が失われて転倒しやすくなるような身体的問題のみならず、認知機能障害やうつなどの精神・心理问题、独居や経済的困窮などの社会的問題を含む概念のことである。他人事ではありません。気を付けよう。